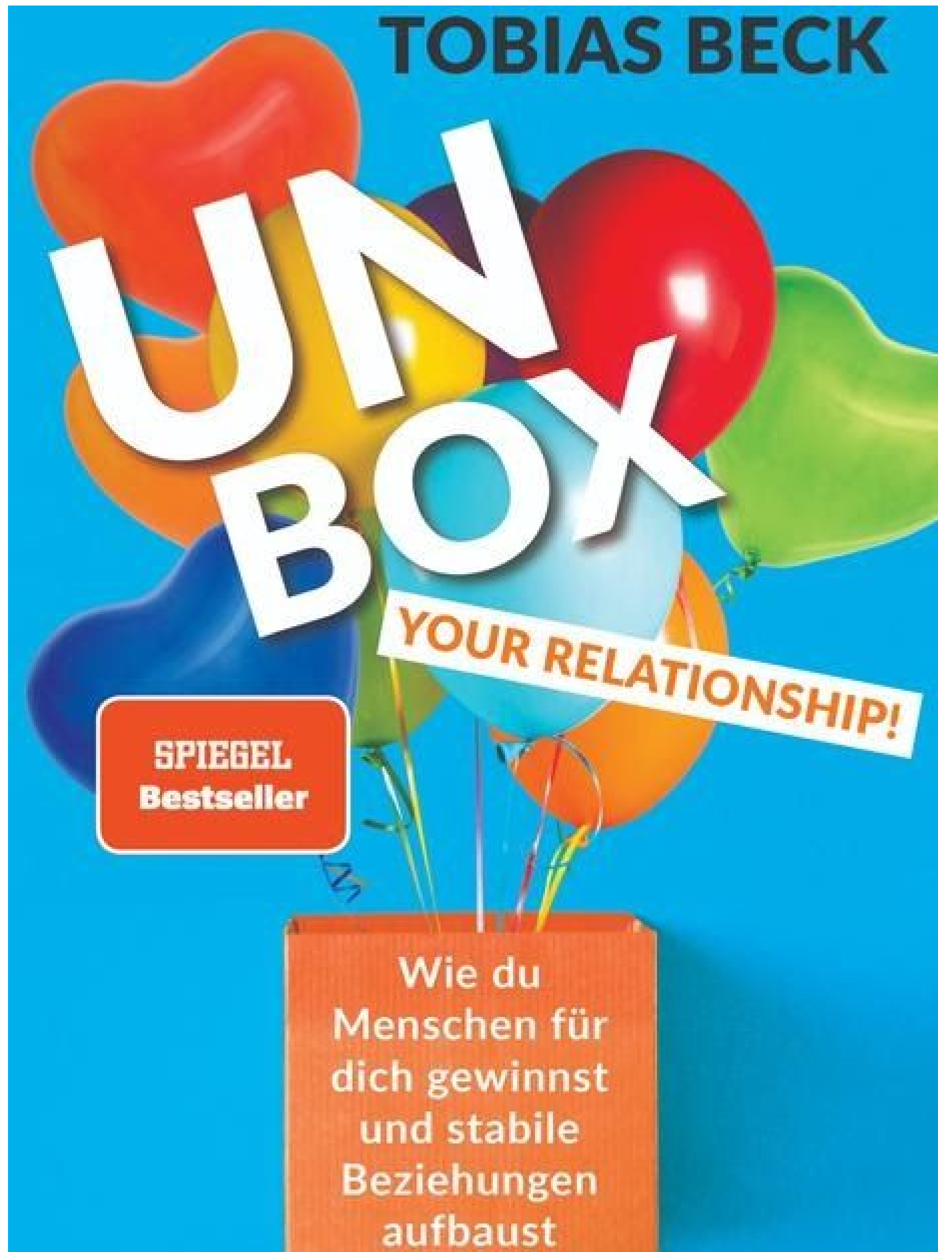
BlinkistDE

Unbox your Relationship

Wie du Menschen für dich gewinnst und stabile Beziehungen aufbaust

von Tobias Beck



Buch (Komplettfassung)

Worum geht's

Den Partner fürs Leben zu finden ist schwierig geworden. Wer seinen Lieblingsmenschen doch gefunden hat, muss häufig feststellen, dass der Alltag die Romantik nach und nach ausradiert. Die Blinks zu Unbox your Relationship! (2019) erklären, wie du das Glück des

VISIT…

LANZAROTE Caliente.COM

Verliebtseins auch in einer langjährigen Beziehung wachhältst. Dabei hilft ein Blick ins Tierreich und das Wissen, ob dein Partner Wal, Hai, Delfin oder Eule ist.

Wer diese Blinks lesen sollte

Singles auf der Suche nach einer Beziehung
Paare, die ihre Liebe neu beleben wollen
Alle, die einfacher mit Menschen zurechtkommen wollen

Wer das Buch geschrieben hat

Tobias Beck ist einer der bekanntesten Speaker Deutschlands. In seinen Seminaren und Vorträgen versucht er, Menschen für ihre Träume zu begeistern und sie aus der Komfortzone zu locken. Er hat mehrere Bücher veröffentlicht, darunter der Bestseller Unbox your Life! (2018).

Was drin ist für dich: Das Beziehungstier in dir entfesseln.

Das Leben ist ein bisschen wie eine Fahrt in einem Reisebus: Wir steigen ein, die Tour beginnt, und schon steigen andere Reisende dazu. Erst unsere Eltern, vielleicht Geschwister, später dann Freunde, Nachbarn und Mentoren … und wer weiß, vielleicht die große Liebe?

Die Beziehungen zu anderen Menschen sind das, was unsere Fahrt im Lebensbus so wertvoll und so spannend macht. Wer möchte schon allein durchs Leben gondeln? Daher lohnt es sich, genauer hinzuschauen, wie es um das Verhältnis zu unseren Mitreisenden eigentlich bestellt ist.

In den Blinks zu Unbox your Relationship! (2019) spielen wir einmal Beziehungs-Reiseleiter: Wir erklären, warum die Suche nach Mr. oder Mrs. Right heutzutage so schwer ist und warum du zuerst dein inneres Kind in den Arm nehmen musst, bevor es ans Kuscheln mit dem Partner geht. Du erfährst, wo in vielen Beziehungen der Schuh drückt und was man dagegen tun kann. Schließlich führen wir dich durch den Zoo der menschlichen Charaktere. Denn in uns allen steckt auch ein bisschen etwas von einem Tier! Finde heraus, ob du eher ein Wal, Delfin, eine Eule oder ein Hai bist, und erfahre, wie dir das in deinem Beziehungsleben weiterhilft. Denn erst, wenn du dich selbst gut kennen – und lieben – gelernt hast, kannst du wirklich glückliche Beziehungen führen.

In den Blinks wirst du auch herausfinden,

wieso grenzenlose Freiheit nicht immer das Beste für uns ist,
was du von Mobilfunkanbietern über Liebesglück lernen kannst, und
warum sich Wale und Eulen prächtig verstehen.

Das moderne Leben bringt viele Freiheiten, erschwert aber auch unsere Beziehungen.

Wir leben in Zeiten nie da gewesener Freiheiten und Möglichkeiten – auch was unsere Beziehungen angeht. Du suchst Leute, die deine Leidenschaft für Filzpantoffeln teilen? Kein Problem, es gibt sicher eine Facebook-Gruppe. Dein Traummensch muss groß, schlank, reich und bewandert in Minnelyrik sein, und ach ja, sollte in der Nähe wohnen? Keine Sorge, dreimal wischen bei Tinder, und du wirst sicher fündig! Aber machen uns diese Kontakte wirklich glücklich?

Es ist noch nicht so lange her, da wuchs die Mehrheit der Bevölkerung in Dörfern auf, in festen familiären Strukturen mit festen sozialen Regeln. Der Sohn des Bäckers wurde, na klar, ebenfalls Bäcker, und er heiratete die Tochter des Schmieds, wen sonst? Das hat ihn auch nicht weiter gestört, denn schließlich gab es keine große Auswahl. Weder bei den Berufen noch bei den heiratsfähigen Töchtern. Und auf die Idee, einfach mal eben auszuwandern, kam man gar nicht.

Dieses Szenario mag in unseren modernen Ohren trist und unfrei klingen, aber die enge Gemeinschaft und selbst das starre Reglement hatte auch Vorteile: Man kannte und vertraute sich. Das Leben im festen Verband gab Orientierung, schaffte Sicherheit und Geborgenheit.

Ganz anders heute: Statt am Dorfältesten orientieren wir uns an Influencern. Statt ein, zwei richtig guten Freunden haben wir ein, zwei Tausend Follower auf Instagram. Sicher, wir haben Freiheit und Wahlmöglichkeiten en masse. Aber viele von uns sind von so viel Freiheit überfordert. Was tun wir also?

Statt uns verbindlich einzulassen, schwirren wir wie rastlose Bienen von Blüte zu Blüte. Wir reisen um die Welt, ziehen von einer Stadt zur nächsten und wechseln unsere Jobs wie ordentliche Menschen ihre Unterwäsche. Schließlich könnte irgendwo noch etwas Besseres auf uns warten.

Das gilt auch für die zwischenmenschlichen Kontakte. Wir lernen so viele Menschen kennen wie keine Generation vor uns, lassen uns aber nicht tiefer auf sie ein. Schließlich könnten auch sie morgen schon weitergezogen sein oder sich gegen uns entschieden haben. So bleiben wir trotz zahlreicher Kontakte innerlich einsam.

Dabei brauchen wir verbindliche soziale Beziehungen, um gesund und glücklich zu sein. Wohin also mit unserem Bedürfnis nach Sicherheit, Geborgenheit und Halt? Nicht selten suchen wir danach in einer einzigen Person: unserem Partner. Was früher ein ganzes Dorf geleistet hat, soll nun ein Mensch allein wuppen.

All dies macht das Finden und Führen einer Beziehung nicht gerade einfach. Doch es ist möglich. Vorausgesetzt, du hast die wichtigste Beziehung deines Lebens im Griff: deine Beziehung zu dir selbst.

Übrigens: Es gibt in Metropolregionen mehr Singles aus Familienhaushalte

Nimm dein inneres Kind in den Arm, und deine Beziehungen werden erfüllter sein.

„Du bist aber dick geworden!“ „Denkst du auch mal nach, bevor du handelst?“ „Das hast du ja wieder richtig versemmelt!“ – Würdest du so mit deiner Chefin, deinem Anwalt oder einer Freundin reden? Wohl eher nicht. Warum also mit dir selbst?

Tust du nicht? Dann hör noch mal genauer hin! Die meisten Menschen reden nämlich innerlich mit sich selbst. Und das häufig in einem Tonfall, den sie sich bei anderen niemals trauen würden. Samthandschuh und konstruktives Feedback? Fehlanzeige. Oft wird schonungslos ausgeteilt und auf jeder kleinen Macke, jedem Fehlerchen herumgeritten.

Solche inneren Dialoge laufen meist unbewusst und ganz automatisch ab, wir haben uns das interne Gemecker einfach angewöhnt. Lob kommt dabei übrigens eher selten vor, die meisten Kommentare drehen sich um Dinge, die schieflaufen oder uns stören.

Das ist gleich in mehrfacher Hinsicht tragisch. Zum einen liegt unser innerer Kritiker ziemlich oft daneben – nein, du bist ganz sicher nicht dumm, faul, hässlich und wertlos! Zum anderen kann unser Gehirn nicht zwischen den selbst erdachten Fake News und der Realität unterscheiden. Das Schlimme daran: Hört es bestimmte Aussagen immer wieder, glaubt es sie irgendwann.

Und halten wir uns erst einmal selbst für unfähig, zu dick oder undiszipliniert, manifestieren sich diese Glaubenssätze und wir spiegeln sie auch nach außen. Dann wird es umso schwerer, gute Beziehungen aufzubauen, denn egal ob beim Vortrag, Bewerbungsgespräch oder beim Date: Andere Menschen lesen an unserer Körpersprache, dem Auftreten, der Stimme und an unserem Verhalten ab, wie es um unser Selbstwertgefühl bestellt ist. Und Selbstverachtung macht nicht gerade attraktiv.

Daher müssen wir zuerst uns selbst aufbauen, bevor wir eine gesunde Beziehung aufbauen können. Wie das geht?

Mach dir klar, dass tief in dir immer noch das kleine, vierjährige Kind von früher steckt. Jeder von uns hat ein inneres Kind, das vertrauensvoll alles glaubt, was man ihm erzählt. Von Eltern und Bekannten haben wir von klein auf Botschaften gehört, die vielleicht gut gemeint, aber nicht immer positiv waren. Viele davon werden unbemerkt zu Glaubenssätzen, die wir uns als Erwachsene immer weiter vorbeten.

Die gute Nachricht ist: Du kannst deine selbstkritische und abwertende innere Stimme umprogrammieren! Wende dich deinem inneren Kind liebevoll zu und rede bewusst positiv mit ihm, zum Beispiel, indem du ihm Sätze sagst wie: „Wie schön, dass du da bist, und wie schön, dass du genauso bist, wie du bist.“ Erst wenn du dein inneres Kind liebst, kannst du auch andere lieben.

Ich mache andauernd Fehler, aber ich lerne daraus und mache beim nächsten Mal bessere Fehler.

Viele Beziehungen scheitern, weil die Partner aufhören, sich umeinander zu bemühen.

„Ich habe nichts gemacht, er hat sich einfach getrennt.“ Wenn jemand so über seine Trennung spricht, könnte man antworten: „Dann wird’s wohl daran gelegen haben. Du hast nichts gemacht.“ Beziehungen erfordern Einsatz. Nicht nur am Anfang, sondern immer.

Frisch Verliebte schweben auf Wolke sieben. Der Körper produziert Glückshormone im Überfluss. Alles erscheint rosarot. Der Angebetete lässt seine Socken in der Wohnung herumliegen? Macht doch nichts, schließlich hat jeder so seine Macken. Vergisst die Liebste ständig Termine? Ein bisschen vergesslich sein ist doch ganz süß. Einem verliebten Menschen kann nichts so leicht die Laune verhageln.

Mit der Zeit jedoch wird die Produktion von Glückshormonen wieder heruntergedreht, und wer sich jetzt nicht aktiv kümmert, wacht eines Tages in einer ganz anderen Realität auf: Da stören die stinkenden Socken auf dem Sofa plötzlich, und das ständige Warten auf die unzuverlässige Partnerin nervt gewaltig.

Dabei ließe sich der Absturz in die Tristesse verhindern.

Vergleichen wir es einmal mit einem Mobilfunkanbieter. Wenn du einen neuen Vertrag abschließen willst, wirst du mächtig hofiert. Der Anbieter gibt dir für nur zehn Euro ein Smartphone zum Tarif dazu, schenkt dir noch eine passende Hülle und erlässt dir die Einrichtungsgebühr. Du bist begeistert von so viel Service und Kundenfreundlichkeit. Vertrag abgeschlossen. Nach ein paar Monaten hast du Netzstörungen und willst den technischen Support sprechen. Von Zuvorkommen und Freundlichkeit ist jetzt aber keine Spur mehr zu finden. Der Anbieter hat kein Interesse mehr an dir, denn du zahlst bereits, bist Bestandskunde.

Wenn deine Beziehung auch über lange Zeit glücklich sein soll, darfst du es genau so nicht machen. Behandle deinen Partner nie wie eine Selbstverständlichkeit. Sonst ergeht es dir wie jedem Mobilfunkanbieter, der zu lange zu schlechten Service bietet: Du verlierst deine Bestandskunden.

Du willst das Konfetti zurück in deine Beziehung bringen? Dann mach das, was du am Anfang eurer Beziehung getan hast. Überrasche deinen Schatz mit einem selbst gekochten Dinner, hinterlasse kleine Liebesbotschaften am Kühlschrank, übernimm die Gassirunde für sie, wenn es regnet. Hört nicht auf, besondere Momente zu zweit zu schaffen. Tobias Beck und seine Frau gehen einmal im Jahr zum Flughafen und nehmen den vierten Flug von oben. Egal, wohin der geht. Das hält die Liebe frisch.

Was es noch leichter macht, eine glückliche Beziehung zu führen? Den Persönlichkeitstyp deines Partners zu kennen und einen Partner zu wählen, der sich mit deinem eigenen Typ gut verträgt.

Unsere Lieblingsfakt aus dem Buch: Eine Umarmung muss mindestens 20 Sekunden dauern, dann wird das Kuschelhormon Oxytocin ausgeschüttet.

Wenn wir das Wesen unseres Gegenübers verstehen, können wir entspannter mit ihm umgehen.

Mit deinem Partner streitest du regelmäßig darüber, wer den Abwasch macht, wohin es in den Urlaub gehen soll oder warum das Bett schon wieder voller Chipskrümel ist? Ein Blick auf den Persönlichkeitstyp deines Partners kann hier Aha-Momente bescheren.

Der Arzt Hippokrates sprach im antiken Griechenland von den vier Körpersäften, der Philosoph Galenos von Pergamon entwickelte daraus die Theorie der vier Temperamente. Und Tobias Beck? Der hat das Ganze in seine Vier-Tiere-Typologie übertragen. Alle diese Modelle haben ein Ziel: Menschen verschiedenen Persönlichkeitstypen zuzuordnen, um die Kommunikation und den Umgang miteinander zu vereinfachen.

Nach Tobias Becks tierischer Typologie ist jeder Mensch eine Mischung aus Wal, Hai, Delfin und Eule, wobei ein Tier meist dominant ist. Es geht nicht darum, andere oder uns selbst in eine Schublade zu stecken – kein Typ ist besser oder schlechter als der andere, und wir alle sind Mischwesen.

Aber wenn wir wissen, dass unser Gegenüber einer anderen tierischen Gattung angehört, können wir gelassener und geschickter mit seinen Eigenheiten umgehen. Und alle, die sich selbst wiedererkennen, haben die Chance, die eigenen Macken etwas bewusster auszuleben. Beides kann unseren Umgang mit anderen erheblich erleichtern, vielleicht sogar Beziehungen retten.

Um einen ersten Eindruck von den vier Tiertypen zu bekommen, stell dir vor, du willst in eine neue Wohnung umziehen und fragst ein paar Leute, ob sie dir helfen.

In diesem Szenario wäre der Wal jener Typ Mensch, der dir ungefragt seine Hilfe anbietet, eine Stunde vor der vereinbarten Zeit auf der Matte steht und dir jeden größeren Karton aus den Händen reißt mit den Worten: „Komm, lass mich mal den schweren tragen“. Ganz anders der Hai: Er würde im Leben nicht beim Schleppen helfen, lässt aber dafür seine Beziehungen spielen und arrangiert für dich einen Freundschaftspreis bei der Umzugsfirma seines Vertrauens.

Solltest du auch einen Delfin mit an Bord holen, kannst du dir zweier Dinge ziemlich sicher sein: Der Delfin kommt zu spät, bringt aber Leben in die Bude. Denn Delfine sind wahre Frohnaturen. Die Eule dagegen ist erst dann froh, wenn alles bis ins letzte Detail durchorganisiert ist. Dieser Typus hat bereits die effizienteste Route zur neuen Wohnung ermittelt und individualisierte To-do-Listen für alle Helfer erstellt.

Für einen Umzug wäre es gar nicht schlecht, von jedem dieser Typen einen oder mehrere dabei zu haben, oder? Aber was zeichnet sie noch aus? Wer kann am besten mit wem und welche Kombi wird eher kein Happy End erleben.

Der Persönlichkeitstyp Wal ist hilfsbereit und liebt Harmonie.

Es ist immer gut, einen Wal zu seinen Freunden zu zählen. Nicht nur ist er sehr zuvorkommend und hilfsbereit, er gibt auch immer ein Quäntchen mehr. Wer organisiert die nächste Grillparty? Der Wal hat schon die Würste gekauft. Wer tröstet dich bei Liebeskummer? Der Wal hat sich gleich die Woche freigenommen und ist mit zehn Litern Eiscreme bei dir angerückt.

Der Wal hilft wirklich gerne. Nur manchmal vergisst er darüber seine eigenen Bedürfnisse. Weil ihm Harmonie so wichtig ist, schluckt er manche Probleme einfach runter. Auf Dauer keine gute Idee. Passt der Wal nicht auf, riskiert er, ausgebeutet zu werden oder sich mehr zu verausgaben, als ihm guttut.

Wale sind Gemeinschaftstiere. Sie brauchen einen großen Freundeskreis. Ein Campingtrip an die Ostsee? Der Wal ist dabei. Verwechsle ihn aber nicht mit einer Rampensau. Er liebt einfach die Geselligkeit. Gleichzeitig ist er ein sehr empfindsamer Mensch, hat feine Antennen und auch eine melancholische Seite. Was er vor allem braucht, ist Ruhe und Beständigkeit.

Ein Wal ist treu und loyal, kann durch seine Geduld und Standhaftigkeit aber auch gut zwischen anderen vermitteln. Bei Zoff im Team ist er wie der Fels in der Brandung, der die Gemüter wieder beruhigt und es immer schafft, für einen Ausgleich zu sorgen. Bei einem Wal wird niemand zurückgelassen oder vergessen, jeder wird umsorgt und berücksichtigt.

In der Liebe ist der Wal der perfekte Match für Eulen. Denn um den endlosen Planungen und Erklärungen einer Eule zu folgen, braucht es schon eine gehörige Portion Geduld. Und davon hat der Wal mehr als genug. Zusammen können sie wunderbar philosophieren – die Eule redet, der Wal hört andächtig zu und freut sich, dass er teilhaben darf an all ihren Gedanken.

Wal-Delfin-Paare landen dagegen hin und wieder auf der Therapeutencouch, denn hier prallt die Leichtigkeit des Delfins auf die Melancholie des Wals. Doch die Unterschiedlichkeiten lassen sich handhaben.

Anders bei Walen und Haien. Das raumgreifende Wesen des Hais kommt mit der kümmernden Art des Wals nicht zurecht. Er sucht jemanden, der ihm Paroli bieten kann, und würde sich schnell langweilen. Der Wal dagegen würde den Hai hofieren und sich selbst dabei völlig verlieren.

Hai-Persönlichkeiten sind Autoritäten mit Anziehungskraft.

Am Büffet schnappt er dir das letzte Lachshäppchen mit einem Lächeln vor der Nase weg. In der Seminarpause berichtet er episch von seinen Beförderungen, seinem Dienstwagen und seinem letzten Luxusurlaub. Was du dazu sagst, ist Nebensache. Die Begegnung mit einem Hai kann schmerzhaft sein. Nicht nur in der Tierwelt.

Wie kann mir der Mensch nützlich sein? Das ist die Leitfrage von Haitypen, wenn sie auf andere Menschen treffen. Und obwohl Haie nicht gerade durch ihre Warmherzigkeit

auffallen, sind sie keine ausgegrenzten Einzelgänger. Vielmehr stahlen sie eine Autorität und Entschiedenheit aus, die auf viele Menschen anziehend wirkt.

Es klingt zwar nicht danach, aber Haie sind wichtig für die Gesellschaft. Ohne sie wäre unsere Spezies wohl noch unter den Einzellern. Denn Haie handeln, sind selbstsicher und erreichen ihre Ziele. Während andere im x-ten Meeting noch diskutieren, was der beste Handlungskurs wäre, trifft der Hai mutig eine Entscheidung.

Haie wissen, was sie wollen, und leben das konsequent. Willst du Haie beobachten? Dann gehe in Marken-Boutiquen oder mache Urlaub mit den Reichen in St. Moritz oder den Hamptons. Denn die meisten Haie legen Wert auf ein angenehmes, luxuriöses Leben.

Willst du beim Hai in positiver Erinnerung bleiben, kritisierst du seinen ausschweifenden Lebensstil nicht, sondern würdigst seinen guten Geschmack und seinen Stil. Denn mehr als andere Persönlichkeitstypen wollen Haie Anerkennung und Aufmerksamkeit. Noch ein Tipp: Sprich „Haiisch“. Verwende keine Könntest-würdest-möchtest-du-Formulierungen. Sei klar, kurz und auf den Punkt.

Hast du einen Hai als Partner, dann werden lange Diskussionen in eurem Haushalt nicht vorkommen. Denn der Hai hat immer recht. Er hält dir höchstens ausführliche Vorträge, damit du verstehst, warum das so ist. Willst du den Hai in seinen Entscheidungen beeinflussen, gib ihm das Gefühl, dass alles seine Idee war.

Über Gefühle spricht der Hai nicht gerne. Er macht vieles mit sich selbst aus und Entschuldigungen scheinen ihm überbewertet. Empathie? Ein Wort, das er bei Wikipedia nachschlägt. Für Partner kann das schwierig werden.

Glückliche Hai-Beziehungen gibt es trotzdem. Die beste Kombination bilden Haie und Delfine. Beide genießen das Leben und reden am liebsten über sich selbst. Auch mit der Eule kommt der Hai gut aus, denn der intellektuelle Vogel bietet dem Hai mit Faktenwissen die Stirn.

Delfin-Persönlichkeiten genießen das Leben in vollen Zügen.

Weißt du, wer das Konfetti erfunden hat? Wer auch immer es war, es war auf jeden Fall ein Delfin-Mensch. Auch Disneyland und die Partymeile auf Malle haben wir Delfinen zu verdanken. Die Wassertiere sind auch in Menschengestalt fröhliche, unbekümmerte Wesen. Für sie ist das ganze Leben eine Party.

Delfine lieben den Trubel, sie brauchen viele Menschen um sich. Allerdings nicht, um in tiefgründigen Gesprächen nach dem Sinn des Lebens zu forschen, sondern um mit ihnen von einem Klub zum nächsten zu ziehen, auf Backpacking-Tour durch den Amazonas zu gehen oder spontan ans Meer zu fahren. Delfine bringen Abenteuer ins Leben.

Auch in Partnerschaften sind sie für Experimente offen. Sie lieben Sex, und das nicht nur mit einem, sondern gerne auch mit häufig wechselnden Partnern. Ein Verstoß gegen

Konventionen? Delfine kümmert das nicht. Das Leben ist zu kurz, um sich von Regeln einschränken zu lassen.

Viele Delfine haben irgendwann einmal versucht, erwachsen zu werden. Aber sie haben schnell gemerkt, dass ihnen das viel zu langweilig ist. Also dekorieren sie ihre Wohnung weiter mit allerlei buntem Klimbim, freuen sich über die Smarties auf dem Geburtstagskuchen wie ein kleines Kind und haben mehr als nur eine Playlist mit Ballermann-Hits auf dem Smartphone.

Wer mehr gute Laune und Unbeschwertheit in seinem Leben braucht, sollte sich einen Delfin suchen. Oder besser mehrere, denn Delfine sind eher unzuverlässig. Sie entscheiden sich gerne um, wenn woanders mehr Rambazamba wartet. In Beziehungen kann das anstrengend werden.

Sind Delfine aber einmal da, sehen sie überall das Positive. Allerdings auch dann, wenn eher Trost und Rat gefragt wäre. Erwarte also von deinem Delfinpartner nicht, dass er mit dir deine Jobprobleme durchdenkt. Wenn er dir ein Taschentuch reicht und dich fünf Minuten später fragt, ob's denn wieder geht, hat er für seine Verhältnisse viel geleistet.

Wenn sich Delfine in andere Tiertypen verlieben, stehen die Chancen für eine erfüllte Beziehung mit Walen und Haien am besten. Mit den intellektuellen Eulen können die Lebenskünstler so gar nichts anfangen.

Eulen-Persönlichkeiten erklären dir die Welt.

Kein Supermarktbesuch ohne detaillierten Einkaufszettel, kein Urlaub ohne mehrseitiges Sightseeing-Programm. Erkennst du deinen Partner wieder? Dann ist er mit großer Wahrscheinlichkeit eine Eule.

Eulen lieben Ordnung und Struktur. Gib ihnen eine Checkliste und sie sind glücklich. Gut, vielleicht nicht ganz. Sie brauchen auch intellektuelle Herausforderungen, an denen sie sich festbeißen können. Wie lösen wir die Klimakrise? Wie sieht das ideale Bahnnetz aus, damit es nie wieder Verspätungen gibt? Ja, es darf bitte nicht zu einfach sein, sonst sind Eulen schnell gelangweilt. Viele große Erfindungen gehen auf Eulen zurück. Denn wenn die Eule einmal Feuer für ihr Thema gefangen hat, lässt sie nicht locker.

Wer von einer Eule zum Partner auserwählt wird, hat eine besondere Ehre. Denn Eulen sind wählerisch, mit wem sie sich umgeben. Große Menschengruppen sind nichts für sie. Da würde schließlich Small Talk drohen. Viel lieber sitzen Eulen mit ihrem Herzensmenschen bei einem Glas Wein und philosophieren über das Leben und das Sein.

Ja, wer mit einer Eule zusammen ist, muss sich auf lange Diskussionen einstellen. Auch um die Wochenendplanung und den nächsten Autokauf. Denn für Eulen ist das keine Bauchentscheidung. Da will einiges bedacht und berücksichtigt werden. Wer Spontaneität und Abenteuer sucht, wird mit einem Eulen-Partner nicht glücklich.

Eine Eule würde jetzt vielleicht eine Reihe von Studien zitieren, warum das gar nicht stimmt. Denn auch das tun Eulen gern: andere belehren. Schließlich haben sie sich intensiv Gedanken gemacht und wollen andere daran teilhaben lassen.

Mit der Freude an Zahlen, Daten und Fakten versteckt die Eule auch ihre Angst vor Veränderung. Sie versucht, alles zu vermessen und zu berechnen, um so mit der Unsicherheit des Lebens besser fertig zu werden. Vertrauen zu fassen fällt Eulen schwer, denn hier können sie sich nicht an Fakten festhalten.

In Beziehungen finden Eulen in Wal-Menschen ideale Partner, die sich gerne ihre Monologe anhören und zum Supermarkt rennen, wenn die Eule über einer abstrakten Gleichung den Wocheneinkauf vergisst. Finden Haie und Eulen zusammen, stehen sich zwei unnachgiebige Charaktere gegenüber. Das kann für Zündstoff sorgen, aber auch die Beziehung beleben.

Scheinen dir die Persönlichkeitstypen so unterschiedlich, dass du beschlossen hast, lieber nur noch in deiner eigenen Tierart nach einem Partner zu suchen? Nicht so schnell. Wissenschaftliche Studien zeigen, dass die längsten und erfülltesten Partnerschaften zwischen Menschen entstehen, die nicht völlig unterschiedlich sind, aber auch nicht völlig gleich ticken. Die Mischung macht's. Es lohnt sich also, ein paar tierische Fremdsprachen zu lernen.

Zusammenfassung

Die Kernaussage dieser Blinks ist:

In unserer hyperindividualisierten Gesellschaft ist es schwieriger als je zuvor, tiefe Beziehungen aufzubauen. Die Suche nach dem Partner fürs Leben stellt dabei eine besondere Herausforderung dar. Oft laden wir unserem Partner allerlei Erwartungen auf und vergessen darüber, dass man sich auch über die Phase der Verliebtheit hinaus immer wieder reinhängen muss. Unterschiedliche Charaktere erschweren unsere Beziehungen zusätzlich. Die tierische Persönlichkeitstypologie von Wal, Hai, Delfin und Eule kann dir helfen, deinen aktuellen oder zukünftigen Partner besser zu verstehen. Außerdem kann sie dir bewusst machen, wie du selbst tickst und was du dir von deiner Partnerin wünschst.

Was du konkret umsetzen kannst:

Definiert einen Beziehungs-Code of Honor:

Einigt euch auf gemeinsame Werte und Verhaltensweisen. Ein dringender Vorschlag für diese Liste: Haltet technische Geräte aus eurem Schlafzimmer fern und macht euch euer Entertainment selbst. Ganz analog.

Nörgele nicht, sondern äußere Wünsche:
Du darfst natürlich sagen, was dich in deiner Beziehung stört. Aber nörgele nicht, sondern

suche das Gespräch. Und dann sag deinem Partner nicht, was er alles falsch macht, sondern erkläre, wie du dich fühlst und was du dir anders wünschst.

Achte auf dein Beziehungskonto

Mit jedem Menschen führen wir ein Beziehungskonto. Achte darauf, dass die Balance zwischen dir und deinem Partner stimmt. Wenn du nur nimmst, wird dein Partner irgendwann dein metaphorisches Konto sperren und dir keinen Kredit mehr einräumen. Gibst du dauerhaft mehr, als du bekommst, kann das System ebenfalls nicht funktionieren.

Buch im Amazon Shop